INSTRUZIONE POPOLARE

SUI MEZZI PRINCIPALI PER GUARENTIRSI

DAL

CHOLERA-MORBUS

E

SUL MODO DI CONDURSI QUANDO LA MALATTIA SI MANIFESTA.

Pubblicato per ordine del Governo francese, e tradotto in italiano.

GENOVA
Tipografia d' Yves Gravier, Librajo.
1832.

INSTRUZIONE POPOLARE

SUL

CHOLERA.

Il Cholera è una malattia grave; atterrisce più quando si aspetta, che pericolosa non è quando esiste. Altre epidemie come il vajuolo, la scarlatina, ed alcune febbri nervose hanno fatta strage maggiore, poichè in quelle contrade d'Europa dove più incontrò circonstanze favorevoli alla sua propagazione non colpì che un individuo su 75, ed anzi in alcune città toccò uno forse su 200.

Metodo per preservarsi dal Cholera.

1.° Il poco pericolo, che v' ha d' esser colpito dal Cholera deve rassicurare gli animi; non bisogna adunque turbarsi, e non pensare che ai mezzi per evitarlo. Minor è la paura, minore il rischio; ma come la tranquillità dell' animo è un gran preservativo, si devono egualmente schivare le forti emozioni, quali sono la collera, il terrore, i piaceri troppo vivi, ecc.

2.° È osservazion fatta, che meno si è esposti al Cholera, quanto è più pura l' aria in quel luogo dove si abita.

Niuna precauzione perciò riguardo alla salubrità delle abitazioni sarà mai di troppo; così si guardi dal dimorare, e peggio, dal dormire molti nel luogo stesso; si procuri di darvi aria al mattino e spesso nel giorno coll' apertura di porte e finestre; oltre che converrà tenere nelle case un largo vaso di acqua clorurata (1).

Si può anche promovere il rinnovamento dell' aria tenendo acceso per alcuni minuti nel cammino un fuoco assai vivo e fiammeggiante.

Bisognerà però badare di non aprire le porte e le finestre prima d' esser vestiti o ben coperti, affinchè non si corra pericolo di raffreddarsi. Anzi sarà ottima cosa, quando sia possibile, ritirarsi in altra stanza finchè non siano chiuse di bel nuovo.

Finalmente nelle camere ove si dorme, i letti devon essere senza cortine, i vasi da notte non conterranno a lungo le orine, o materie fecali, ma al contrario saranno nettati incontanente, e si lascierà sempre in essi un qualche po d' acqua.

L' aria umida delle case che è malsana in

---

(1) *Acqua clorurata.* — Si prenda cloruro di calce secco un' oncia, acqua un litro. — Si versi sul cloruro di calce un po' d' acqua per renderlo pastoso; poscia si allunga nella suddetta quantità d' acqua. Si schiarisce il liquido, e si conserva in vasi di vetro o di creta ben chiusi. Si può del pari far uso dell' acqua clorurata, fatta col cloruro d' ossido di sodio, mettendo un' oncia di cloruro in dieci o dodici oncie d' acqua.

ogni tempo è dannosissima quando il Cholera è in voga, non si devono dunque far asciugare i panni lini nelle stanze, massime dove si dorme.

È necessario non solo dar aria alle stanze da notte, ma conservare anche nello stato più salubre le case e loro accessorj. Onde sarà d' uopo ripulire almeno una volta al giorno i piombi e le latrine con acqua clorurata o almeno con acqua semplice, e gioverà tener sempre turati gli orifizj de' tubi di piombo o di metallo che comunicano colle pietre sulle quali si lavano i panni lini, e schiuderli solo all' uopo.

Ognuno dovrebbe procurare che le acque domestiche siano tosto sgombrate a misura che son prodotte e che non si lascino stagnare tra i selci de cortili, ma si facciano bensì scorrere rapidamente pel canale che mette nella strada. Si faciliterebbe anche questo scolo con diguazzarvi dell' altra acqua in gran copia, se la corrente non è abbastanza rapida.

Almeno una volta alla settimana sarà utile nettare i vetri delle finestre, poichè l' azione della luce è necessaria alla salute dell' uomo.

Si dovrà aver gran risguardo ai letami agli escrementi, a' resti de' vegetabili, e d' animali, ed impedirne l' accumulazione con farli portar via al più spesso possibile.

Del pari gioverà sgombrare la casa di animali domestichi inutili, e non allevare nè porci, nè coniglj, nè galline, nè pippioni ecc. in luoghi chiusi, in corti poco spaziose e prive d' aria.

E perciò coloro che abitano nelle case situate principalmente in quartieri popolatissimi dovrebbero invigilare gli uni sugli altri a vicenda, e conservare ciascun per sua parte la pulitezza delle strade massime quando sono strette, giacchè a tutti deve importare.

3.° I raffreddori sono una delle cause più atte a produrre in noi lo sviluppo del Cholera, secondo che dicono gli osservatori di questa malattia: bisogna dunque evitare tal causa col vestirsi caldamente e guarentirsi dal freddo il basso ventre in particolare ed i piedi.

Quindi il mettere attorno al ventre una cinta di lana il porsi a fior di pelle una qualche camicciola di lana, o flanella, l' usare scappini parimente di lana, e cangiare e lavare queste sorta di vesti, qualora siano umide, o sporche, saranno tutte ottime cose. Del pari gioverà lavare spesso i piedi con acqua calda, e portare zoccoli, o gutoscie sì di legno o cuojo, dovendo dimorare in mezzo al freddo ed all' umidità: in somma procurare di calzarsi con nettezza per liberar i piedi da queste cause funeste.

Molti, principalmente di condizione povera,

sono avvezzi, mettendosi a letto ed ancor più alzandosi di porre i piedi nudi sul suolo freddo, e perfino passeggiar in tal modo; questa funesta abitudine non si potrebbe mai abbastanza biasimare, e sarebbe dannosissima, massime in quei luoghi dove fosse il Cholera.

Per evitare il raffreddarsi bisogna astenersi eziandio di porsi a letto colle finestre aperte, e conservare nelle stanze un calore temperato, poichè le camere egualmente troppo calde rendono coloro che vi dimorano, troppo soggetti alla impressione del freddo allorchè ne escono. Onde bisognerà anche ritirarsi di buon ora in casa, nè consumare una buona parte della notte nelle conversazioni, ne' caffè, ridotti, taverne ecc. principalmente quando le notti sono umide e fredde.

4.° Occuparsi, menare vita attiva, schivando per quanto si possa di affaticarsi troppo, è il miglior mezzo di distrarsi dall' inquietudine, avvertendo però esser nocive quelle occupazioni che richiedono contenzione d' intelletto, e que' lavori che sforzano ad una veglia straordinaria nella notte.

5.° Abbiamo già parlato di cintole, e di calzature di lana, ma quì è d' uopo dire che tali vesti devono esser nette, giacchè la pulitezza è necessariissima alla salute. Coloro che hanno i mezzi di prendere di tanto in tanto

qualche bagno di un calore temperato, faranno bene usandone, ma dovranno starvi solo quel tempo necessario per nettare il corpo, e avranno cura d'asciugarsi diligentemente con lini caldi, e di non esporsi tosto all' aria esterna uscendo dal bagno, specialmente nelle stagioni fredde.

Le fregaggioni giovano assai, e sono facili a fare strofinandosi, o facendosi strofinare per altri alla sera, o meglio anche alla mattina e alla sera, per un quarto d'ora, il tronco, le braccia, le coscie, e le gambe, con una spazzola fina, o con un pezzuolo di lana.

Del rimanente non è difficile comprendere che in quanto a' modi di vestire in generale deesi riguardare alle stagioni: ma comunque sia non si dovrà mai vestire troppo leggero.

6.º Allorchè domina il Cholera, il modo di nutrirsi è un punto molto importante. Non si può mai di troppo raccomandare la sobrietà. Son molti gli esempj, nei quali il Cholera si è manifestato dopo disordini di tavola, ed è provato che gli ubbriachi sono più particolarmente esposti a questa malattia.

Le carni ben cotte e ben arrostite, non troppo grasse, del pari che i pesci freschi, e di facile digestione, le uova, il pane ben fermentato e ben cotto dovranno formare il principal nutrimento. Sono nocive le carni salate, i pesci salati, ecc., e bisognerà astenersi da' pasticci pesanti e grassi.

Riguardo ai legumi, sarà d' uopo, il più che sia possibile, attenersi ai meno acquosi, a più leggeri. (1) Non pensiamo di doversi escludere da questi ultimi le patate di buona qualità. Approveremo egualmente l' uso del succo detto volgarmente *puré* di fagiuoli secchi, lenticchie, piselli, e fave (2) le insalate, e radici crude sono nocive.

Nella stagione delle frutta bisogna esser guardinghi nell' usarne, principalmente se sono poco maturi. Le frutta cotte sconvengono meno, ma siano egualmente usate con moderazione.

Vi sono alimenti in genere sani, ma che alcuni difficilmente digeriscono per una speciale disposizione del loro stomaco: cotali alimenti dovranno, come ognun vede, evitarsi da costoro.

In tempo di Cholera sarà bene essere temperante nei pasti, e piuttosto accrescerne il numero di questi purchè tutti sieno leggeri.

Si ha molto da por mente alle bevande. Le bevande fredde prese mentre si ha caldo sono pericolose, e non dee dissetarsi, finchè non cessi la traspirazione cioè finchè è in moto il sudore, e gli effetti riescono più funesti

---

(1) Si devono intendere per legumi acquosi quelli che contengono molta acqua vegetabile come per esempio i cocomeri, la biettola, e la lattuga ecc.

(2) La pellicola di questi legumi secchi, o freschi niente contribuisce alla nutrizione, e di più ha l' inconveniente di non poter esser digerita.

quanto la bevanda è più fredda, e maggiore il calore, che si ha. L'acqua sia chiara. Quando si vuole ber schietta, è ottima cosa il mischiarvi in ogni boccale d'acqua una cucchiajata d'aceto, o due d'acquavite, tanto più se la stagione è calda, e che siasi costretti a fatiche, le quali promovendo il sudore risvegliano la sete, e si beve perciò, di spesso. Si beva allora poco alla volta; l'acqua colorita da un po di vino è buona parimente. Infine si può far uso utilmente d'acqua lievemente aromatizzata, con un infusione stimolante, come sarebbe un'infusione di menta piperita, o di camomilla (un pizzico di menta, o sei fiori di camomilla per ogni bicchiere d'acqua bollente,) alla quale se ne aggiungerà rafreddata che sia, altro bicchiere di fredda. (1)

Non v'ha abuso più pernicioso de' liquori forti, siccome è provato da molti esempj che il Cholera colpisce a preferenza gli ubbriacconi, e coloro che senza farne un abuso abitnale eccedono solamente di tanto in tanto.

L'uso di trangugiar acquavite a stomaco vuoto, così esteso nella classe degli operaj, e funesto tanto in ogni tempo, è dannosissimo in ispecie, allorchè domini il Cholera.

---

(1) L'ebollizione privando l'acqua dell'aria che contiene, la rende meno digeribile, s'usi perciò la precauzione d'aggiungervene della fresca non bollita.

Coloro che vi sono avvezzi dovrebbero prima di bere il loro solito bicchierino, mangiare prima un boccone almeno di pane, e la stessa cautela dovrebbero avere nel bere vino bianco a digiuno, bevendone anche in poca dose.

L' acquavite amara però, cioè quella in cui si mettono in infusione piante amare ed aromatiche, oppure anche l'acquavite d' assenzio, nuoce meno di quella che d' ordinario si usa.

L' uso moderato del vino durante il pranzo e alla fine di esso, purche il vino sia buono è utilissimo, ed è meglio berne poco eccellente, che molto mediocre. Quindi i vini giovani ed acerbi nuocono più che non giovano, e il vino nero è migliore del bianco (perchè questo è più facile a inacetirsi); e riuscirebbe assai salutare quella bevanda ove si mischiasse al vino un po d' acqua gazzosa, per esempio l' acqua di Seltz naturale o composta.

La birra il cidro, massime se siano troppo recenti e non ben fermentati, o siano agri, devonsi schivare, perchè ci rendono soggetti alle coliche e alla diarrea, il che vieppiù deve pensarsi del vino dolce o del mosto.

Condotta che si debba tenere quando il Cholera si manifesta in qualche persona.

Risulta da una quantità di fatti osservati sino al dì d' oggi nei luoghi in cui è regnato

il Cholera che i casi di guarigione, stanno in proporzione colla celerità dei soccorsi, e che quanto più questi soccorsi sono amministrati presso l' epoca in cui il male attacca l' ammalato, di tanto aumenta la probabilità della guarigione.

Tutti adunque devono conoscere i primi sintomi o indizj da' quali arguiscano, che una persona sarà fra poco assalita dal Cholera. Questi indizj, palesandosi d' ordinario alla notte, o al mattino sono i seguenti.

Stanchezza improvvisa, ovvero senso improvviso di stanchezza in tutte le membra, gravezza di capo pari a quella che si soffre dopo essere stati vicini ai vapori del carbone: vertigini, sbalordimenti, stupori, pallori frequenti della faccia or livida, or turchiniccia con alterazione *particolare* delle sembianze: gli sguardi sembrano aver alcuna cosa di straordinario, e gli occhi han perduto la loro vivacità e lucentezza; una sete di bevande fredde, un' oppressione, un' anzia di petto *inesprimibile*; bruciori nelle cavità dello stomaco, frizzi subitanei sotto le false coste, (vale a dire sotto le coste che cominciano dalla cavità dello stomaco numerando da alto in basso); venti o gorgoglj nelle intestina accompagnati specialmente da coliche le quali segue la diarrea, o corso di ventre, il qual

corso o diarrea sembra talora diminuire i dolori: la pelle diventa fredda o secca, e talvolta anche coperta d' un sudor freddo. Alcuni provano eziandio dei brividi lungo la spina dorsale, e una senzazione ne' cappelli simile a quella d' un' aria fredda che vi soffiasse.

Tutti questi indizj precedenti il Cholera non si mostrano sempre nell' ordine indicato, nè tutti in tutti gl' infermi. Ciò nullameno appena molti di essi tra i quali in ispecie l' alterazione del volto, la stanchezza, il senso di bruciore nelle cavità dello stomaco, i gorgoglj di ventre, la diminuzione di calore nella superficie del corpo, si manifestino, sarà necessario chiamar bentosto un medico.

Mezzi da usarsi avanti l' arrivo del medico.

È d' uopo eccitar fortemente la pelle, e richiamarvi il calore. Per far questo si porrà il malato fra due coperte di lana calde, ed a traverso delle coperte si porranno de' ferri da sopressare caldi, o un scaldaletto, poggiandoli più a lungo sul mezzo del petto, sotto le ascelle, sulla regione del cuore.

Si faranno forti e lunghi fregamenti sulle membra con una spassola, o con un pezzuolo di lana o flanella umettata d' un linimento irritante e saran fatte, se fia possibile, da due persone, ognuno per metà del corpo, disco-

prendo il malato meno che si possa.

Il linimento, che pare aver molto giovato si fa così:

Prendasi acquavite un bicchiere, aceto forte mezzo detto, senape polverata mezz' oncia; canfora due dramme; pepe due dettte; uno spicchio d' aglio pestato. Pongasi tutto in una bocetta ben turata, e si metta in infusione per tre giorni al sole o in luogo caldo.

Si potranno pure applicare senapismi caldi sul dorso e sul ventre, oppure cataplasmi di seme di lino polverata caldi assai, e aspersi d' essenza di terebentina.

Infine giovò ancora l' applicazione sul corpo de' sacchetti ripieni di cenere calda o sabbia calda.

Si sono egualmente esperimentati con sommo vantaggio bagni vaporosi d' aceto, o d' aceto e canfora.

Così mentre si procura di riscaldare l' amalato coi ferri caldi, o con frizioni, si prepari un bagno a vapore nel modo che segue. Si facciano infuocare ciottoli o selci, o pezzi di mattone o di ferro: si ponga sotto una poltrona, o seggiola di canne un vaso di terra pieno d' aceto, a cui secondo il parere di alcuni si dovrebbe aggiugnere della canfora, cioè grani di canfora sciolti in sufficiente quantità di spirito di vino, ad ogni boccale d' aceto.

Ciò fatto si mette a sedere l' infermo spogliato sulla poltrona, e lo si circondi, ecettuato il capo, e la poltrona, con coperte di lana discendenti fino ai piedi, i quali dovranno posare su della lana, o su un' altro corpo caldo. Si infondano quindi a pochi minuti l' uno dopo l' altro i ciottoli, o pezzi di mattone o di ferro nell' aceto, che si scalderà, e ben presto si ecciterà il vapore. Un tal bagno deve durare dieci o quindici minuti, dopo i quali uscendo il malato si rimarrà tosto tra le coperte di lana asciuttissime, e calde e vi si lascierà quieto se comincia a traspirare moderatamente, altrimenti si continueranno le frizioni fino all' arrivo del medico.

Ma non basta scaldare i corpi esternamente, fa d' uopo scaldarli anche all' interno.

E perciò si usa far prendere al malato ad ogni quarto d' ora una piccola mezza tazza d' una qualche infuzione aromatica caldissima, per esempio: di menta peperita o di melissa preparata come il thé; e ad ogni mezz' ora subito dopo la tazza d' infusione, 12 o 15 goccie di liquore amoniacale d' anici o canforato (1) in un cucchiajo d' acqua gommata,

---

(1) I farmacisti prepareranno questo liquore nel modo seguente:

Alcool 12 oncie; amoniaca liquida a 18 gradi, 3 oncie; olio essenziale 1/2 oncia; canfora, una dramma e mezza.

Ponete il tutto e conservatelo in una boccetta ben turata.

cioè d' acqua con siroppo di gomma. In alcuni luoghi si è dato con felice esito degl' alcali volatili, nella dose di 15 a 20 gocie ogni mezz' ora, infuso in una tazza d' una forte coezione calda d' avena o d' orzo mondato, o in mancanza di questi, d' acqua calda. Ma un tal rimedio non si dovrà prendere più di due volte prima dell' arrivo del medico. O se poi i suddetti mezzi manchino è utile anche dell' acqua schietta, più calda che sia possibile, e poca per volta.

Sebbene cotesti varj modi debbano adoperarsi colla maggior possibile sollecitudine, ciò però deesi fare ordinatamente e senza troppa fretta. Gioverà, qualora si possa, mettere l' infermo in una stanza divisa dalle altre della famiglia, e parimente lavare i di lui panni nell' acqua di sapone che sia caldissima.

Le cautele necessarie nella convalescenza saranno indicate dal medico. Tuttavia deesi raccomandar caldamente al convalescente d' osservar con rigore le regole preservative già sovra esposte, poichè le persone assalite dal colera sono non di rado soggette a ricadere.

E qui è nostro debito, sulla fine di questa istruzione popolare di pregar istantissimamente il Pubblico a non dar alcuna credenza a' pretesi mezzi preservativi e curativi, vantati da ingordi cerettani, che li fanno celebrare

nelle gazzette, o li annunciano con cartelli affissi sui muri della capitale. Egli è certo che se il governo conoscesse valevoli simili mezzi, gli farebbe pubblicare, e si recercherebbe a somma felicità il raccomandarlo.

Con Approvazione.